



Regulamento – Verão Ideal

O Verão Ideal é uma manhã de esporte, bem-estar e incentivo à saúde, idealizado pelo Dr. Diogo Granja (CRM 4532 AL) em parceria com o educador físico Pedro Lins.

O evento acontecerá no dia 23 de novembro de 2025 (domingo), às 6h da manhã, no Kanoa Beach Bar, em Maceió-AL.

A proposta é reunir atletas, iniciantes e amantes de um estilo de vida saudável em um ambiente inspirador, promovendo movimento e qualidade de vida.

INSCRIÇÃO E VALOR

A inscrição tem valor simbólico de R\$ 80,00, que dá direito a um kit exclusivo com camisa oficial e brindes especiais.

Retirada do kit:

Local: Clínica Ideal

Data: a ser divulgada nas redes sociais oficiais. Não haverá garantia de disponibilidade de todos os tamanhos.

NÃO É UMA CORRIDA COMPETITIVA

O evento tem caráter recreativo e voltado à saúde.

Não haverá premiação por tempo ou colocação, sendo uma oportunidade para cuidar do bem-estar e participar de uma atividade física em grupo.

PERCURSO E HIDRATAÇÃO

A atividade é livre e adequada a todos os níveis de condicionamento físico.

Ponto de hidratação no Kanoa Beach Bar.



REGRAS GERAIS

O uso da camisa do evento é obrigatório para entrada e participação.

Respeite os horários e orientações dos organizadores.

Haverá suporte no local, porém os participantes são responsáveis por sua condição de saúde.

Recomenda-se a realização de avaliação médica antes de atividades físicas intensas.

CANCELAMENTO E ALTERAÇÕES

O evento poderá ser alterado ou cancelado por motivos de força maior, como condições climáticas adversas. As informações sobre qualquer mudança serão comunicadas com antecedência nos canais oficiais.

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Ao se inscrever no evento, o participante declara estar apto a participar das atividades físicas, isentando os organizadores de quaisquer responsabilidades sobre eventuais problemas de saúde decorrentes da sua participação.